

* しいたけうどん



<材料> (2人分)

薄力粉	200 g
しいたけこんぶっこ	6 g
塩	12 g
水	100cc

<作り方>

- ① 塩を分量の水に溶かしておく。ジッパーのついたビニール袋に薄力粉としいたけこんぶっこ、塩水を入れて、均一になるまで混ぜる。
- ② 袋の空気を抜いてからジッパーを閉め、力を込めて15分程こねる。(足で踏んでもよい)
- ③ まな板に薄力粉(分量外)をふっておき、生地をうすく伸ばす。伸ばした生地をできるだけ細く切り、バラバラにほぐしておく。
- ④ 大きめの鍋にたっぷりのお湯を沸かし、沸騰したら③の麺を入れる。再び沸騰したら、さし水をし、更に20~30分ゆでる。茹であがったらザルにあげ、流水でよく洗う。

* おからと しいたけだんご



<材料> (6個分)

おから	100 g
牛乳	100cc
片栗粉	50 g
しいたけこんぶっこ	5 g
炒め油	適宜
砂糖	おおさじ4
しょうゆ	おおさじ2
酒	おおさじ2

アイスクリームの棒

<作り方>

- ① ボールにおから、牛乳、片栗粉、しいたけっこを入れ、混ぜ合わせる。まとまり感がない場合は、牛乳と片栗粉を多めに入れる。
- ② ①を小判型に丸め、フライパンに油を多めに入れて、両面がきつね色になるまで焼く。
- ③ 砂糖、しょうゆ、酒を鍋に入れて煮詰め、タレをつくり、②に絡める。